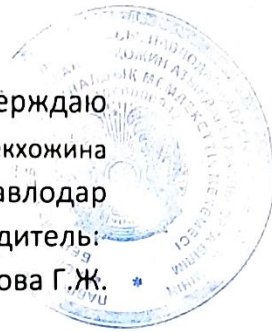




Утверждаю
" СОШ "им. К. Бекхожина
г. Павлодар
Руководитель:
Анесова Г.Ж.



I неделя						Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
Наименование блюда	Масса порции, гр	Пищевые вещества, гр					
		Ж	Б	У			
1 день							
Куриная грудка в сливочном соусе	80/100	17	15	7,9	245,1		
Макароны отварные со сл. Маслом	100/150	5,6	2,2	14,5	117,5		
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2		
Хлеб ржано-пшеничный	20/40	0,68	2,31	16	76,2		
итого за день		23,38	19,81	63,3	540	315тнг	
2 день							
Суп гороховый на к/б	150/200	15,3	11,8	30,6	307,3		
Печенье	30	3,5	2,25	22,47	125		
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2		
Хлеб ржано-пшеничный	20/40	0,68	2,31	16	76,2		
итого за день		19,58	16,66	93,97	609,7	315тнг	
3 день							
Плов из говядины	150/200	22,6	12,2	9,6	290,4		
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2		
Хлеб ржано-пшеничный	20/40	0,68	2,31	16	76,2		
итого за день		23,38	14,81	50,5	467,8	315тнг	
4 день							
Каша молочная рисовая со сл.маслом	200/250	7,7	3,8	16,0	148,6		
Печенье	30	3,5	2,25	22,47	125		
Чай черный с сахаром	200	0	0	14,0	101,2		
Хлеб ржано-пшеничный	20/40	0,68	2,31	16	76,2	315тнг	
итого за день		11,88	8,36	68,47	451		
5 день							
Тефтели мясные с соусом	60/80	45,2	3,2	4,9	439		
Картофельное пюре	100/150	3,4	2,4	10,2	80,5		
Чай черный с сахаром	200	0	0	14,0	101,2		
Хлеб ржано-пшеничный	20/40	0,68	2,31	16	76,2		
итого за день		49,28	7,91	45,1	696,9	315тнг	
итого за 5 дней		127,5	67,6	321,3	2765,4		
итого средняя за день		25,50	13,51	64,27	553,08		

Зав. Производством: *Масел*





Утверждаю
КГУ "СОШ" им. К. Бекхожина
г. Павлодар
Руководитель:
Анесова Г.Ж.

Социальное меню
1 неделя

Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества, гр			Энергет. н-	Стоимость
		Ж	Б	У		
1 день						
Салат из моркови с сахаром	30/50	3,6	0,6	4,5	52,6	
Суп крестьянский на к/б	150/200	5,6	1,6	8	87,7	
Куриная грудка в сливочном соусе	80/100	17	15	7,9	245,1	
Макароны отварные со сл.маслом	100/150	5,6	2,2	14,5	117,5	
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2	
Хлеб ржано-пшеничный	20/40	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		32,58	22,01	75,8	564,2	450тнг
2 день						
Суп гороховый на к/б	150/200	15,3	11,8	30,6	307,3	
Шницель мясной с соусом	60/80	16,1	16,6	18,5	284,8	
Каша пшеничная	100/150	4,3	8,6	46,5	259,2	
Булочка домашняя	50	3,4	3,6	23,5	139,0	
Кисель плодово-ягодный	200	0,1	0,1	18,8	76,4	
Хлеб ржано-пшеничный	20/40	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		39,88	43,01	153,9	1142,9	450тнг
3 день						
Салат витаминный	30/50	7,8	0,6	3,2	85,9	
Борщ на к/б со сметаной	150/200	8,3	2,2	10,6	126,2	
Плов из говядины	150/200	22,6	12,2	9,6	290,4	
Компот из свежих яблок	200	0	0,1	2,3	9,2	
Хлеб ржано-пшеничный	20/40	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		39,38	17,41	41,7	587,9	450тнг
4 день						
Суп рисовый на к/б	150/200	2,6	1,6	9,4	67,6	
Лагман	150/200	20,7	11,2	12,9	282,5	
Чай с лимоном, сахаром	200	0,1	0,3	15,3	62,7	
Ватрушка с творогом	50	8,3	9	43,8	286	
Мед	10	0	0,8	8,03	32,8	
Хлеб ржано-пшеничный	20/40	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		32,38	25,21	105,43	807,8	450тнг
5 день						
Салат из капусты с зеленым горошком	30/50	6	1,6	4,6	79,2	
Свекольник на к/б	150/200	5,7	2,6	17,4	131,0	
Тефтели мясные с соусом	60/80	45,2	3,2	4,9	439	
Картофельное пюре	100/150	3,4	2,4	10,2	80,5	
Компот из сухофруктов	200	0	0,6	13,7	57,1	
Хлеб ржано-пшеничный	20/40	0,68	2,31	16	76,2	450тнг
итого за день		54,98	11,11	62,2	863,0	
итого за 5 дней		199,2	118,75	439,03	3965,8	
итого средняя за день		39,84	23,75	87,81	793,16	

Зав. Производством:





Утверждаю
КГУ "СОШ" им. К. Бекхожина
г. Павлодар
Руководитель:
Анесова Г.Ж.

2 недели						
Наименование блюда	Масса порции, гр	Пищевые вещества, гр			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
		Ж	Б	У		
1 день						
Пельмени	150/200	9,8	19,7	45	347,2	
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		10,58	22,31	85,9	524,6	315тнг
2 день						
Суп "Рассольник" на к/б со сметаной	150/200	0,2	2,3	11,7	58,2	
Булочка "Дорожная"	50	7,2	6,3	80,5	411,7	
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		8,18	11,21	133,1	647,3	315тнг
3 день						
Филе куриное с овощами	80/100	8,7	9	2,5	124,1	
Рис отварной	100/150	0,1	1	11,2	50,1	
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		9,58	12,61	54,6	351,6	315тнг
4 день						
Каша молочная пшенная с маслом	200/250	7,0	4,3	19,2	157,5	
Печенье	30	3,5	2,25	22,47	125	
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		11,28	9,16	82,57	459,9	
5 день						
Котлета куриная с соусом	60/80	17,8	13,3	15,8	276,3	
Каша гречневая	100/150	0,7	2,1	12,7	66	
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		19,28	18,01	69,4	519,7	315тнг
итого за 5 дней		58,9	73,3	425,6	2503,1	
итого средняя за день		11,78	14,66	85,11	500,62	

Зав. Производством: 



Социальное меню
2 недели

Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества, гр			Энергетическая	Стоимость
		Ж	Б	У		
1 день						
Фрукты	100	0,4	0,8	19,8	94	
Щи из свежей капусты на к/б со сметаной	150/200	4,8	1,9	8,5	84,9	
Пельмени	150/200	9,8	19,7	45	347,2	
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2	
Мед	10	0	0,8	8,03	32,8	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		15,78	25,81	122,23	736,3	450тнг
2 день						
Суп "Рассольник" на к/б со сметаной	150/200	0,2	2,3	11,7	58,2	
Котлета говяжья с соусом	60/80	12,8	13,3	14,8	227,9	
Каша пшеничная	100/150	2,4	1,2	6,9	53,9	
Напиток из свежих ягод	200	0	0,2	26,8	108,2	
Булочка "Дорожная"	50	7,2	6,3	80,5	411,7	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		23,28	25,61	156,7	936,1	450тнг
3 день						
Салат из моркови на р/м	30/50	3,6	0,6	4,5	52,6	
Суп "Волна" на к/б	150/200	3,2	2,7	9,4	77,2	
Филе куриное с овощами	80/100	8,7	9	2,5	124,1	
Рис отварной	100/150	0,1	1	11,2	50,1	
Сок фруктовый	200	0,1	0,4	11,6	55,1	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
итого за день		16,38	16,01	55,2	435,3	450тнг
4 день						
Салат из свеклы на р/м	30/50	3	1	6,3	56,3	
Суп с макаронными изделиями на к/б	150/200	5,7	1,9	11,7	105	
Котлета рыбная с соусом	60/80	9,9	26,9	19,5	274,4	
Картофельное пюре	100/150	3,4	2,4	10,2	80,5	
Кисель плодово-ягодный	200	0,1	0,1	18,8	76,4	
Печенье	30	3,5	2,25	22,47	125	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	
Мед	10	0	0,8	8,03	32,8	
итого за день		26,28	37,66	113	826,6	450тнг
5 день						
Суп "Харчо" на к/б	200/250	1,7	1,4	12,9	72,2	
Котлета куриная с соусом	80/100	17,8	13,3	15,8	276,3	
Каша гречневая	100/150	0,7	2,1	12,7	66	
Чай с молоком, сахаром	200	1,3	1,2	17,3	87,4	
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,68	2,31	16	76,2	450тнг
итого за день		22,18	20,31	74,7	573,1	
итого за 5 дней		103,9	125,4	521,83	3512,4	
итого средняя за день		20,78	25,08	104,37	702,48	

Зав. Производством: